



## 1

### Prosedur Terkait Kehamilan

#### 1-1

#### Informasi Tentang Kehamilan, Penerbitan Buku Catatan Kesehatan Ibu dan Anak (*Boshi Kenkō Techō*), dan lain-lain

- Setelah mengetahui tentang kehamilan Anda, harap segera menginformasikan hal tersebut kepada Kantor Pemerintahan Daerah.
- Kantor Pemerintahan Daerah akan menyediakan hal-hal sebagai berikut kepada wanita yang menginformasikan tentang kehamilannya.
  - i. Penerbitan Buku Catatan Kesehatan Ibu dan Anak (*Boshi Kenkō Techō*)
  - ii. Pemberian kupon pemeriksaan kesehatan bagi ibu hamil yang biayanya ditanggung oleh masyarakat atau penerbitan kupon bantuan biaya pemeriksaan kesehatan
  - iii. Layanan konsultasi oleh perawat kesehatan umum dan tenaga profesional lainnya
  - iv. Pengenalan kelas *parenting* bagi orang tua (kelas *parenting* bagi ibu dan kelas *parenting* bagi ayah)
- \* Buku Catatan Kesehatan Ibu dan Anak (*Boshi Kenkō Techō*) adalah buku panduan yang merekam kondisi kesehatan ibu sejak masa kehamilan sampai setelah melahirkan dan kondisi kesehatan anak sejak lahir sampai balita secara konsisten. Buku ini dirancang agar ibu hamil bisa membuat catatan dan mengatur berbagai informasi, serta memungkinkan tenaga medis profesional untuk membuat catatan dan memantau informasi.
- \* Pada bulan Januari 2023, kami merilis "Situs Dukungan dan Informasi Buku Catatan Kesehatan Ibu dan Anak" dengan informasi seputar pengasuhan anak dan topik terkait.

(Situs Dukungan dan Informasi Buku Catatan Kesehatan Ibu dan Anak)

<https://mchbook.cfa.go.jp>

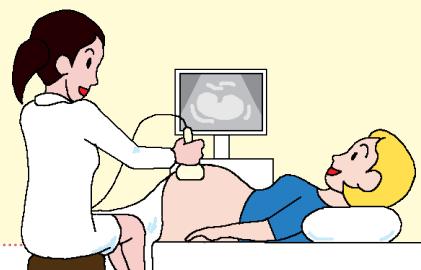


#### 1-2

### Pemeriksaan Kesehatan Kehamilan

- Jika sedang hamil, Anda harus menjaga kesehatan lebih dari biasanya. Harap berusaha untuk mengikuti pemeriksaan kesehatan kehamilan secara rutin dan mendengarkan saran-saran kesehatan dari dokter, bidan, dan tenaga medis profesional lainnya.
- Disarankan untuk mengikuti pemeriksaan kesehatan kehamilan dalam frekuensi sebagai berikut.

- i. satu kali dalam empat minggu sejak periode awal kehamilan hingga 23 minggu kehamilan.
- ii. satu kali dalam dua minggu sejak 24 minggu kehamilan hingga 35 minggu kehamilan.
- iii. satu kali dalam satu minggu sejak 36 minggu kehamilan hingga melahirkan.



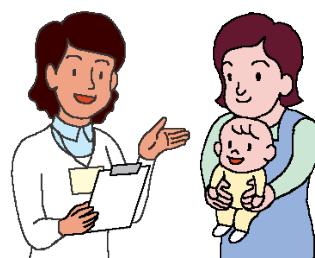
1-3

## Kunjungan ke Rumah oleh Perawat Kesehatan Umum, Bidan atau Tenaga Medis Profesional Lainnya

Perawat Kesehatan Umum, Bidan atau Tenaga Medis Profesional lainnya akan mengunjungi rumah Anda dan melayani konsultasi serta memberikan arahan seperti di bawah ini.

- i. Arahan tentang kehidupan rumah tangga atau makanan
- ii. Layanan konsultasi kekhawatiran tentang kehamilan dan melahirkan
- iii. Layanan konsultasi tentang perawatan bayi yang baru lahir dan balita.

\* Kunjungan ini gratis. Informasi detail bisa ditanyakan kepada Kantor Pemerintahan Daerah setempat.



1-4

## Kelas Parenting Bagi orang Tua (Kelas Parenting Bagi Ibu Dan Kelas Parenting Bagi Ayah)

Kantor Pemerintahan Daerah membuka kelas yang berisi pengetahuan tentang kehamilan, melahirkan, merawat anak, nutrisi, dan topik lain yang relevan. Kelas ini juga bisa berfungsi sebagai sarana interaksi bagi sesama calon orang tua.



## 2

## Prosedur Sesudah Melahirkan

2-1

## Informasi Tentang Kelahiran Anak

**Jika Anda Melahirkan Anak di Jepang:**

- Ayah atau ibu harus menginformasikan tentang kelahiran anak tersebut.
- Informasi ini harus dilakukan dalam waktu 14 hari setelah kelahiran bayi.
- Harap menginformasikan hal ini ke Kantor Pemerintahan Daerah tempat anak lahir atau tempat orang tua tinggal.

**(1) Dokumen yang Diperlukan Ketika Menginformasikan Kelahiran Anak:**

- Surat Keterangan Kelahiran
- Untuk syarat yang lain, harap menanyakan secara langsung kepada Kantor Pemerintahan Daerah setempat.

**(2) Prosedur Lain:**

Jika dalam waktu 60 hari setelah kelahirannya, bayi belum memiliki status kependudukan, surat keterangan residennya akan dihapus. Bayi tersebut tidak akan bisa mendapatkan Asuransi Kesehatan Nasional dan tidak bisa menerima layanan bantuan bagi anak-anak. Informasi detail mengenai perolehan status kependudukan dapat dilihat pada Bab 1 subbab 2-4.

2-2

## Informasi tentang Anak yang Dilahirkan ke Negara Asal

Walaupun bayi lahir di Jepang, dia tidak bisa mendapatkan kewarganegaraan Jepang jika ayah dan ibunya adalah orang asing. Harap mengurus prosedur tentang kelahiran bayi tersebut di negara asal. Informasi lebih detail harap menanyakan secara langsung kepada Kedutaan Besar atau Konsulat Jenderal kewarganegaraan ayah atau ibu.

Sebagai tambahan, harap mengurus paspor untuk bayi Anda.



## 3

## Biaya Melahirkan dan Jenis Tunjangan

Karena kehamilan dan melahirkan bukan penyakit, pada dasarnya biaya melahirkan tidak ditanggung oleh Asuransi Kesehatan.

Sebagai pengecualian, biaya melahirkan dengan operasi caesar dan prosedur operasi lainnya bisa ditanggung oleh Asuransi Kesehatan.

## 3-1

### Uang Tunjangan Melahirkan dan Merawat Anak yang Dibayarkan Dalam Satu Waktu

Ini adalah sistem pemberian tunjangan melahirkan sebesar 500.000 yen jika orang yang memiliki Asuransi Kesehatan atau Asuransi Kesehatan Nasional melahirkan. Tetapi, jika periode kehamilan tidak mencapai 22 minggu atau jika melahirkan tanpa bantuan *Japan Obstetric Compensation System for Cerebral Palsy*, tunjangan melahirkannya sebesar 488.000 yen.

Terdapat dua sistem pembayaran sebagai berikut.

#### i. Sistem pembayaran secara langsung

Dengan metode ini, pihak rumah sakit atau klinik akan mengurus pengajuan klaim dan penerimaan uang tunjangan melahirkan atas nama ibu yang melahirkan. Karena uang tunjangan ini langsung dibayarkan ke rumah sakit atau klinik, Anda tidak perlu membayar seluruh biaya melahirkan ketika keluar dari rumah sakit atau klinik.

#### ii. Sistem penerimaan pembayaran melalui perwakilan

Dengan metode ini, ketika Anda mengajukan klaim uang tunjangan melahirkan kepada Asosiasi Asuransi Kesehatan atau asosiasi lain yang Anda ikuti, Andalah yang akan mengajukan permintaan agar uang tunjangan melahirkan dibayarkan secara langsung kepada rumah sakit atau klinik tempat melahirkan.

## 3-2

### Jumlah Tunjangan Melahirkan

Jika Anda memiliki Asuransi Kesehatan dan libur bekerja karena melahirkan sehingga tidak bisa menerima gaji, Anda berhak menerima tunjangan melahirkan dari kantor dalam waktu dari 42 hari sebelum melahirkan (jika kehamilan kembar berarti 98 hari) sampai 56 hari setelah melahirkan. Pada prinsipnya, jumlah tunjangannya setara dengan 2/3 gaji Anda akan dibayarkan per hari dari Asuransi Kesehatan selama cuti sebelum dan sesudah melahirkan. Tetapi, jika Anda tetap mendapatkan gaji dari kantor selama cuti dan jumlahnya lebih besar daripada jumlah tunjangan melahirkan, Anda tidak berhak menerima tunjangan melahirkan.

Jika bayi lahir lebih lambat daripada hari perkiraan lahir (HPL), Anda juga akan menerima tunjangan melahirkan untuk selisih hari tersebut.

## 3-3

## Tunjangan Cuti Merawat Anak (Tunjangan Selama Cuti Merawat Anak)

### (1) Tunjangan Ketika Cuti Merawat Anak

Jika Anda memiliki Asuransi Ketenagakerjaan dan mendapatkan cuti untuk merawat anak yang berusia kurang dari satu tahun (jika memenuhi syarat berarti anak yang berusia satu tahun dua bulan, satu tahun enam bulan, atau dua tahun), Jika Anda memenuhi persyaratan yang dibutuhkan Anda bisa mengajukan aplikasi kepada *Hello Work* untuk mendapatkan tunjangan ketika cuti merawat anak. (selama 180 hari pertama Anda akan menerima jumlah yang setara dengan 67% gaji sebelum cuti. Setelah itu, Anda akan menerima jumlah yang setara dengan 50% gaji).

- Persyaratan yang dibutuhkan untuk bisa menerima tunjangan cuti merawat anak:

- Anda telah bekerja selama lebih dari sebelas hari per bulan atau bekerja 80 jam kerja atau lebih yang menjadi dasar pembayaran gaji per bulan dalam 12 bulan atau lebih dalam waktu dua tahun sebelum mulai cuti .
- Pendapatan Anda selama cuti merawat anak menurun 80% jika dibandingkan dengan pendapatan Anda sebelumnya.
- Harus ada tidak lebih dari 10 hari kerja tiap bulannya selama periode cuti (atau jika lebih dari 10 hari kerja, jumlah jam kerja harus 80 jam atau kurang dari itu)

Apabila cuti diambil secara bertahap maka pada dasarnya tunjangan cuti merawat anak akan diberikan sampai cuti tahap kedua.

\* Bagi Pekerja Temporer (Pekerja dalam Waktu Kontrak yang Tetap)

Pekerja dalam waktu kontrak yang tetap (orang yang bekerja dalam waktu yang sudah ditentukan) selain syarat yang telah disebutkan di atas pada saat memulai mengambil cuti juga harus memenuhi persyaratan bahwa kontrak kerja bisa dipastikan belum berakhir,sampai anak berumur 1 tahun 6 bulan ( mengambil cuti lagi sampai anak berusia 2 tahun setelah usia anak 1 tahun 6 bulan karena alasan tidak mendapatkan tempat penitipan anak).



## (2) Tunjangan Cuti Merawat Anak Saat Melahirkan

Jika seseorang yang terdaftar dalam asuransi ketenagakerjaan mengambil cuti untuk merawat anak (cuti ayah pacca melahirkan) selama jangka waktu tertentu hingga empat minggu sampai anak berusia delapan minggu dan memenuhi persyaratan berikut, dapat menerima tunjangan cuti merawat anak saat melahirkan dengan mengajukan pendaftaran pencairan tunjangan tersebut ke *Hello Work*. (Jumlah tunjangannya adalah setara dengan 67% dari upah sebelum dimulainya cuti. Jumlah hari di mana tunjangan cuti merawat anak saat melahirkan akan dibayarkan dihitung sebanyak 180 hari yang mana presentase tunjangan untuk tunjangan cuti merawat anak 3-3 (1) adalah 67%).

- Persyaratan yang dibutuhkan untuk menerima tunjungan

- Anda telah bekerja selama lebih dari sebelas hari per bulan atau bekerja 80 jam kerja atau lebih yang menjadi dasar pembayaran gaji per bulan dalam 12 bulan atau lebih dalam waktu dua tahun sebelum mulai cuti
- Persyaratan yang ditentukan terpenuhi seperti pendapatan Anda selama cuti menurun 80% jika dibandingkan dengan pendapatan Anda pada saat memulai mengambil cuti.
- Jumlah hari kerja selama periode cuti tidak lebih dari 10 hari (jika melebihi 10 hari, jumlah jam kerja adalah 80 jam) (namun, jika periode cuti lebih pendek dari 28 hari, maka jumlah hari dan jam kerja yang bisa diambil juga akan dikurangi sebanding dengan jumlah cuti nya).

Dan, apabila cuti ayah pasca melahirkan diambil secara bertahap maka pada dasarnya tunjangan cuti merawat anak saat melahirkan akan diberikan sampai cuti tahap kedua.

Tetapi, tunjangan tidak dibayarkan untuk cuti yang termasuk dalam salah satu dari kategori (1) atau (2) berikut ini.

- Cuti merawat anak saat melahirkan yang diambil untuk ketiga kalinya atau lebih untuk anak yang sama.
- Cuti merawat anak saat melahirkan yang diambil setelah jumlah total cuti merawat anak saat melahirkan melebihi 28 hari untuk anak yang sama

\* Bagi pekerja temporer (pekerja dalam waktu kontrak yang tetap)

Pekerja Temporer (pekerja dengan kontrak jangka waktu tertentu) harus memenuhi persyaratan yaitu kontrak kerja mereka bisa dipastikan tidak berakhir dalam waktu enam bulan sejak anak berusia delapan minggu.

3-4

## Tunjangan Kesejahteraan Bagi Anak

Tunjangan Kesejahteraan Bagi Anak adalah tunjangan yang diberikan dengan tujuan untuk kestabilan kehidupan rumah tangga, kesehatan dan pertumbuhan anak.

Tunjangan ini bisa didapatkan jika anak dan orang yang merawat anak tinggal di Jepang.

## (1) Orang yang Berhak Menerima

Orang yang merawat anak sampai tanggal 31 Maret pertama setelah ulang tahunnya yang ke-18.

## (2) Cara Menerima Tunjangan Kesejahteraan Bagi Anak

- Ajukanlah aplikasi penerimaan tunjangan kepada Kantor Pemerintahan Daerah.
- Pada prinsipnya, tunjangan dibayarkan sebulan setelah pengajuan aplikasi.
- Anda harus mengajukan aplikasi ulang jika anak berikutnya lahir atau pindah ke daerah lain.

## (3) Jumlah yang Bisa Diterima

| Anak Yang Memenuhi Syarat (*) |   | (Per Anak Perbulan) |
|-------------------------------|---|---------------------|
| Anak pertama, anak kedua      | Di bawah usia 3 tahun   | 15.000 yen          |
|                               | Dari usia 3 tahun sampai akhir tahun anggaran pertama setelah mencapai 18 tahun | 10.000 yen          |
| Anak ketiga dan seterusnya    | Dari 0 tahun sampai akhir tahun anggaran pertama setelah mencapai usia 18 tahun | 30.000 yen          |

\* Anak-anak yang menjadi beban finansial sampai akhir tahun anggaran pertama setelahnya Usia 22 disebut sebagai anak pertama, anak kedua, anak ketiga dan seterusnya, sesuai urutan kelahiran

## (4) Waktu Penerimaan

Pada prinsipnya, tunjangan dibayarkan 1 kali untuk 2 bulan (April, Juni, Agustus, Oktober, Desember dan Februari)

4

# Merawat Anak

4-1

## Layanan Perawatan Pasca Melahirkan

Kami menyediakan perawatan fisik dan mental serta dukungan pengasuhan anak kepada ibu dan bayi segera setelah keluar dari rumah sakit.

- Metode dan lokasi pelaksanaan

- i Rawat inap: Anda dapat tinggal di rumah sakit atau pusat bersalin untuk menerima perawatan dan dukungan.
- ii Layanan harian: Anda dapat mengunjungi fasilitas selama siang hari untuk menerima perawatan dan dukungan secara rawat jalan.
- iii Kunjungan lapangan: Staf kami akan mengunjungi rumah Anda untuk memberikan perawatan dan dukungan secara rawat jalan.

Detailnya bervariasi tergantung pada masing-masing daerah, jadi harap hubungi pemerintah daerah Anda untuk informasi lebih lanjut.

## 4-2

## Pemeriksaan Kesehatan Untuk Bayi dan Balita

Kantor Pemerintahan Daerah mengadakan pemeriksaan kesehatan secara gratis sebagai berikut.

- Pemeriksaan kesehatan untuk anak yang berusia 18 bulan
- Pemeriksaan kesehatan untuk anak yang berusia tiga tahun
- Pemeriksaan kesehatan untuk bayi dan balita di luar usia yang tersebut di atas juga berlaku di beberapa Kantor Pemerintahan Daerah.
- \* Isi pemeriksaan kesehatan meliputi pemeriksaan medis tentang pertumbuhan dan perkembangan anak, pengukuran tinggi dan berat badan anak, layanan konsultasi perawatan anak, dan lain-lain. Untuk informasi detail, harap menanyakan secara langsung kepada Kantor Pemerintahan Daerah setempat.

## 4-3

## Vaksinasi

Vaksinasi dapat mencegah penyakit. Vaksinasi ada 2 jenis.

### i. Vaksinasi yang direkomendasikan oleh Kantor Pemerintahan Daerah

Ada beberapa vaksinasi yang direkomendasikan oleh Kantor Pemerintahan Daerah dan bisa diikuti secara gratis. Untuk informasi detail, harap menanyakan secara langsung kepada Kantor Pemerintahan Daerah setempat.

### ii. Vaksinasi yang diikuti atas keinginan sendiri

Vaksinasi yang diikuti atas keinginan sendiri dibayar dengan biaya sendiri.

Ketika akan memvaksinasi anak Anda, sebaiknya berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter.



## 4-4

## Biaya Kesehatan Anak

Jika Anda memiliki Asuransi Kesehatan dan memiliki anak yang berusia di bawah enam tahun dan belum masuk Sekolah Dasar (SD), maka biaya kesehatan anak yang harus ditanggung sendiri sebesar 20%.

Ada juga beberapa Kantor Pemerintahan Daerah yang menetapkan biaya kesehatan gratis bagi anak sampai anak lulus sekolah menengah atau menyediakan tunjangan tambahan untuk biaya kesehatan anak.

## 4-5

## Fasilitas Bagi Anak-Anak Usia Dini

- Terdapat fasilitas bagi anak-anak berusia di bawah enam tahun sebelum masuk SD, yaitu Tempat Penitipan Anak (*Hoikujo*), Taman Kanak-Kanak (*Yōchien*), Tempat Penitipan Anak Usia Dini yang Tersertifikasi (*Nintei Kodomoen*), dan lain-lain.
- Biaya Tempat Penitipan Anak (*Hoikujo*), Taman Kanak-Kanak (*Yōchien*), dan Tempat Pendidikan Anak Usia Dini yang Tersertifikasi (*Nintei Kodomoen*) bagi anak berusia tiga sampai lima tahun adalah gratis.

**(1) Tempat Penitipan Anak (*Hoikujo*)**

- Tempat penitipan yang berfungsi mengantikan orang tua yang tidak bisa merawat anak di rumah karena alasan kerja.
- Pada umumnya, waktu penitipan anak adalah selama delapan jam dalam satu hari, tetapi ada juga tempat penitipan anak yang melayani penitipan anak di luar jam yang telah ditentukan, misalnya malam hari atau hari libur.
- Ada juga tempat penitipan anak yang melayani penitipan anak dalam waktu singkat karena urusan mendadak atau kerja paruh waktu yang waktunya singkat.

Poin yang harus diperhatikan:

**Fasilitas tempat penitipan anak yang tidak tersertifikasi**

Di antara berbagai fasilitas penitipan anak, terdapat beberapa fasilitas yang tidak tersertifikasi oleh Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Anak.

- Tempat Penitipan Anak yang tidak tersertifikasi (*Muninka Hoikujo*)
- Fasilitas penitipan anak di *department store* yang melayani penitipan anak tamu-tamu yang datang
- Tempat penitipan anak harian (*Takujisho*)
- *Baby Hotel*
- *Baby Sitter* dll

**(2) Taman Kanak-Kanak (*Yōchien*)**

- Fasilitas pendidikan bagi anak berusia tiga tahun sampai sebelum masuk Sekolah Dasar (SD).
- Standar waktu pendidikannya adalah selama empat jam dalam satu hari. Tetapi, ada juga taman kanak-kanak yang melayani penitipan anak hingga sore atau malam hari atau mulai dari pagi-pagi buta, dengan alasan terkait kondisi orang tua bekerja, dll.
- Fasilitas ini lebih mengutamakan anak-anak untuk bermain secara mandiri.
- Selain itu, ada juga taman kanak-kanak yang melayani konsultasi bagi orang tua tentang merawat anak dan membuka taman sekolahnya untuk umum.

### (3) Tempat Penitipan Anak Usia Dini yang Tersertifikasi (*Nintei Kodomoen*)

- Tempat Penitipan Anak Usia Dini yang Tersertifikasi adalah fasilitas pendidikan yang memadukan fungsi Tempat Penitipan Anak dan Taman Kanak-Kanak.
- Tempat Penitipan Anak Usia Dini yang Tersertifikasi dapat digunakan baik oleh orang tua yang bekerja maupun tidak bekerja.
- Fasilitas ini juga melayani segala hal terkait perawatan anak, misalnya layanan konsultasi tentang kekhawatiran dalam perawatan anak serta sarana interaksi antara orang tua dan anak.

4-6

### Kegiatan Anak Sesudah Pulang Sekolah (Program Perawatan Anak di Luar Jam Sekolah)

- Fasilitas kegiatan anak sesudah sekolah tersedia jika orang tua bekerja dan tidak ada di rumah pada siang hari.
- Di fasilitas ini, ada perawat anak,dll dan menyediakan tempat yang tepat bagi anak untuk bermain dan menghabiskan waktu sepulang sekolah.
- Selain itu, ada juga fasilitas pemerintah daerah yang menyediakan "kelas bagi anak sesudah pulang sekolah" yang berisi macam-macam pelajaran dan kegiatan interaktif bagi kanak-kanak usia Sekolah Dasar (SD).

4-7

### Pusat Bantuan Keluarga (*Family Support Center*)

- Pusat Bantuan Keluarga (*Family Support Center*) beranggotakan orang-orang yang tersebut di bawah ini. Pusat ini akan menjadi layanan mediator untuk saling membantu antaranggota.
  - Orang tua yang membutuhkan bantuan dalam merawat bayi, balita, dan anak-anak Sekolah Dasar (SD).
  - Orang yang ingin membantu.
- Berbagai contoh bantuan yang ditawarkan adalah sebagai berikut.
  - Mengantar jemput anak ke fasilitas penitipan anak dll.
  - Melayani penitipan anak di luar jam sekolah atau di luar jam fasilitas penitipan anak
  - Melayani penitipan anak ketika orang tua sedang keluar untuk berbelanja atau urusan lain
- Alur penggunaan fasilitas ini adalah sebagai perikut.
  - Menghubungi Pusat Bantuan Keluarga (*Family Support Center*) terdekat dan mendaftarkan diri sebagai anggota.
  - Mengajukan aplikasi penggunaan.
  - Pembimbing Pusat Bantuan Keluarga (*Family Support Center*) akan memediasi atau memperkenalkan Anda dengan orang yang akan membantu.
  - Setelah selesai penggunaan, Anda harus membayar uang kepada orang yang membantu.

5

## Layanan konsultasi untuk kehamilan, persalinan, dan pengasuhan anak

5-1

### Pusat Anak-Anak dan Keluarga, dll.

Pemerintah daerah menyediakan layanan konsultasi (seperti pusat anak dan keluarga) bagi ibu hamil, orang tua yang sedang mengasuh anak, dan anak-anak untuk berkonsultasi seputar kehamilan, persalinan, pengasuhan, serta kehidupan keluarga dan sekolah.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan periksa situs web pemerintah daerah Anda.

5-2

### Pusat Dukungan Pengasuhan Anak di Wilayah

Pemerintah daerah telah mendirikan tempat-tempat di mana orang tua dan anak dapat berinteraksi di fasilitas lokal seperti fasilitas publik, pusat pengasuhan anak, dan pusat anak-anak (pusat dukungan pengasuhan-anak wilayah), serta memberikan konsultasi pengasuhan anak dan informasi tentang pengasuhan anak.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan cek situs web pemerintah daerah Anda.